**SAMPLE MEDIA RELEASE**

**For Immediate Release:**

(date)

**Contact:**

(your contact information)

**New Campaign Aims to Educate Parents About the**

**Importance of Choosing “Healthy Proteins”**

*Statewide initiative partners with (community) to educate parents*

***(City name), Ariz.* -** The Arizona Nutrition Network’s “Champions for Change” initiative encourages parents and kids to make healthy lifestyle changes. The new “Healthy Proteins” campaign aims to educate parents about choosing “Healthy Proteins” as part of their diet.

“Healthy Proteins” are high in protein and low in saturated fat. Choosing “Healthy Proteins” more often can help reduce the risk of diseases like cancer and heart disease. In addition, “Healthy Proteins” are important for healthy skin, blood and muscles.

“Healthy Proteins” include lean meat, skinless chicken and turkey, fish, dry beans and peas, eggs, nuts and seeds. “Healthy Proteins,” in the meat and bean group of MyPyramid, provide lots of B vitamins, vitamin E, iron and magnesium.

The Arizona Nutrition Network, an Arizona Department of Health Services division, is partnering with communities across Arizona to introduce the “Healthy Proteins” campaign. Parents can learn what is a “Healthy Protein,” how to choose inexpensive proteins for their family, and how to prepare these proteins as part of meals and snacks.

The effort, targeted towards mothers of children ages 2 to 11 in (community) , will combine several methods to reach families. Television spots and online ads will be seen and heard throughout the state, starting in May. The campaign features real Arizona moms as “Champions for Change” and highlights why they choose “Healthy Proteins” and how they get their kids to eat them.

The Arizona Nutrition Network also developed a community event tool kit for distribution to statewide partners that contains easy and fun healthy eating-related games for preschool and elementary school children.

As part of this campaign, the Arizona Nutrition Network is offering to send free recipes and information on healthy eating. To receive these free materials, parents can call 1-800-695-3335. To learn more about the “Champions for Change” initiative, visit EatWellBeWell.org.

###

**SAMPLE MEDIA RELEASE (SPANISH)**

**Para comunicación inmediata:**

(date)

**Contacto:**

(your contact information)

**Nueva Campaña se Propone Educar a los Padres sobre la Importancia de Escoger Proteínas Saludables**

*Iniciativa estatal se une a (comunidad) para educar a los padres*

***(Nombre de la Ciudad), AZ.* –** La iniciativa “Campeones del Cambio” de la Red de Nutrición de Arizona exhorta a los padres y a sus hijos a hacer cambios saludables en su estilo de vida. La nueva campaña de proteínas saludables está encaminada a educar a los padres para que incluyan más proteínas saludables a su dieta diaria.

Las Proteínas Saludables son altas en proteínas y bajas en grasa saturada. Servir proteínas saludables más a menudo puede ayudar a reducir el riesgo de enfermedades como el cáncer y las enfermedades del corazón. Además, las proteínas saludables son importantes para tener una piel, sangre y músculos saludables.

Las proteínas saludables incluyen carne sin grasa, pollo sin piel y pavo y pescado sin grasa, frijoles y chícharos secos, huevos, nueces y semillas. Las proteínas saludables, del grupo de la carne y los frijoles en Mi Pirámide, ofrece muchas vitaminas B, vitamina E, hierro y magnesio.

La Red de Nutrición de Arizona, una división del Departamento de Servicios de Salud de Arizona, se está uniendo a las comunidades en todo Arizona para presentar la campaña *Proteínas Saludables*. Los padres pueden aprender sobre las Proteínas Saludables, cómo escoger proteínas que no sean muy caras para su familia y cómo preparar estas proteínas como parte de las comidas y bocadillos.

El esfuerzo, enfocado a las madres de niños de entre 2 y 11 años de edad en (community) , combinará varios métodos para llegar a las familias. Los anuncios de televisión, segmentos de radio, anuncios en línea y carteles para las puertas, se verán y escucharán en todo el estado, comenzando en mayo. La campaña presenta a mamás reales de Arizona como “Campeonas del Cambio” y destacan por qué ellas sirven proteínas saludables y cómo logran que sus niños se las coman.

La Red de Nutrición de Arizona también ha producido un paquete para eventos comunitarios que distribuirá a sus colaboradores en todo el estado y que contiene juegos fáciles y divertidos, relacionados con el comer saludable, para niños de preescolar y de primaria.

Como parte de esta campaña, la Red de Nutrición de Arizona ofrece enviar recetas gratuitas e información sobre comidas saludables. Para recibir estos materiales, los padres pueden llamar al 1-800-695-3335. Para saber más sobre la iniciativa “Campeonas del Cambio”, visite ComeSanoViveMejor.org.

###